



## 6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

### Detalizēti rezultāti

**Helle, Frank**

Klubs: Goldbach

Numurs: 2194

Posms: 10.10 km

Geländelauf

Grupa:

Männer M45

Kopējais laiks: 55:17

Ātrums: 10.85 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:28 min/km

Vieta distancē/Kopā: 133 (no 178)

Vieta distancē/Vīrieši: 116 (no 139)

Distances labākais laiks: 33:00

Vieta grupā: 21(no 25)

Grupas labākais laiks: 39:26

### Vidējie laiki

### Posma rezultāts

### Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkum: grupā	Vietāztrūkums: grupā	Vietāztrūkum: Vīrieši	Vietāztrūkums: Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkum: grupā	Vietāztrūkums: grupā	Vietāztrūkum: Vīrieši	Vietāztrūkums: Vīrieši
Adolfsburg	7.20	41:19	5:44	21	11:52	108	16:56	7.20	41:19	5:44	6	5:04	112	16:53
finišs	3.00	13:58	4:39	21	4:09	110	5:24	10.10	55:17	5:28	21	15:51	116	22:17